

Телемедицинская консультация врача-уролога

Пациент:

Имя: Аноним

Возраст: 21

Пол: Мужской

Врач:

ФИО: Шадёркин Игорь Аркадьевич

Специализация: Уролог

Учёная степень: кандидат медицинских наук

Дата и время:

обращения пациента за консультацией: 17.04.2024 03:06:25

формирования заключения врача: 17.04.2024 12:06:34

Ссылка на электронную версию:

Адрес в сети Интернет: <https://03uro.ru/consultations/question/315744/answer/315747>



Заключение врача

Проблемы с эрекцией могут быть вызваны различными факторами, включая психологические, физические и образ жизни. Возможно, Ваша служба в армии и связанный с ней стресс также оказывают влияние. Вот несколько рекомендаций, которые могут оказаться полезными:

1. Консультация со специалистом. Настоятельно рекомендую обратиться к урологу для обследования. Это позволит исключить или подтвердить наличие медицинских причин, таких как гормональные нарушения или сосудистые проблемы. Возможно также потребуются консультация психолога или сексопатолога.
2. Открытое общение. Важно обсудить свои переживания и опасения с партнёром. Открытое и честное общение может снизить напряжение и способствовать улучшению отношений.
3. Снижение уровня стресса. Так как стресс может серьёзно влиять на сексуальную функцию, попробуйте найти способы его уменьшения. Это может быть йога, медитация или даже просто регулярные прогулки на свежем воздухе.
4. Здоровый образ жизни. Сбалансированное питание, достаточное количество сна и регулярные упражнения могут значительно улучшить Ваше общее физическое состояние и способствовать нормализации эректильной функции.
5. Воздержание от порнографии. Иногда частый просмотр порнографии может снизить интерес к реальным сексуальным отношениям. Рекомендуется воздержаться от такого контента, чтобы проверить, улучшится ли Ваша реакция на реальные сексуальные стимулы.
6. Использование препаратов по требованию. В ряде случаев можно реализовать свою сексуальную потребность не дожидаясь эффекта от психотерапии используя такие препараты, как силденафил (известный как Виагра) в минимальной дозировке 25 мг. Но это надо делать после очной консультации с урологом.